

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah

Masalah kesehatan saat ini tidak hanya sebatas pada penyakit menular, tetapi juga melibatkan penyakit tidak menular yang mengancam kualitas hidup manusia. Permasalahan ini muncul akibat perilaku individu, di mana peningkatan berat badan disebabkan oleh konsumsi kalori berlebihan dan pola makan yang tidak sehat. Kualitas dan komposisi nutrisi yang buruk dapat mempercepat proses penuaan dan meningkatkan risiko atau memperburuk berbagai jenis penyakit, seperti kanker, stroke, obesitas, gangguan jantung, diabetes, dan masalah kesehatan mental.

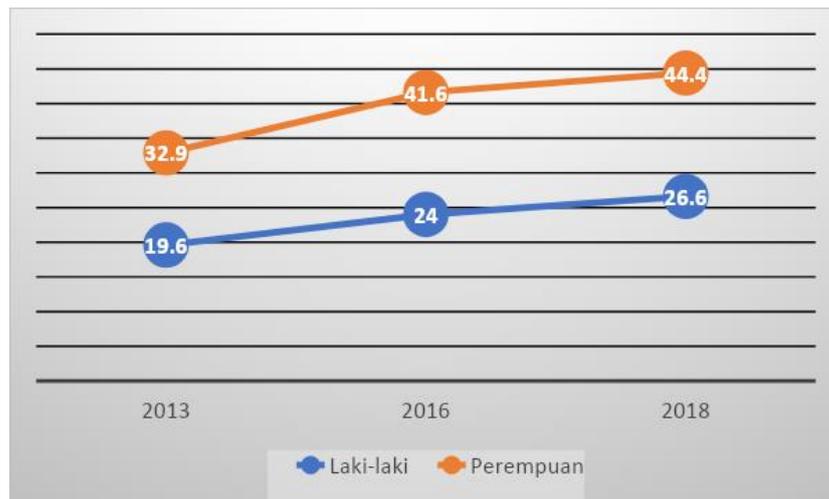
World Health Organization telah mencatat bahwa banyak negara menghadapi kerugian ekonomi hingga miliaran dolar akibat penyakit degeneratif ini. Dalam 20 tahun terakhir, prevalensi obesitas di Australia telah meningkat berturut-turut 19% pada tahun 1995, 27% pada tahun 2012, dan 31% pada tahun 2018 (Machado et al., 2020). Oleh karena itu, diperlukan langkah-langkah yang tepat untuk menanggulangnya. Penanganan yang kurang tepat terhadap penyakit tidak menular dapat membuat masalah ini semakin serius. Pada dasarnya, kebiasaan buruk manusia merupakan akar permasalahan ini, sehingga penanganan yang efektif memerlukan perubahan fundamental dalam perilaku individu. Pandemi obesitas, kekurangan gizi, dan perubahan iklim merupakan tiga ancaman terbesar terhadap kesehatan dan kelangsungan hidup manusia (Swinburn et al. 2019).

Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup serius. Obesitas merupakan kondisi di mana tubuh memiliki berat badan yang tidak seimbang dengan tinggi badan, sehingga berdampak negatif pada tubuh. Dampak negatif pada tubuh dapat mengganggu kegiatan sehari-hari hingga mengganggu kesehatan. Tingginya angka obesitas global nampaknya merupakan konsekuensi dari perubahan pola makan berbasis makanan tradisional menjadi pola makan cepat saji. Sejumlah bukti dari studi lintas-seksional dan longitudinal yang dilakukan di seluruh dunia menunjukkan bahwa konsumsi makanan cepat saji secara konsisten terkait dengan peningkatan berat badan dan obesitas (Machado et al. 2020).

Prevalensi obesitas Indonesia saat ini berada di peringkat ke-18 dari 104 negara yang terdata. Dengan total populasi terbanyak keempat di dunia, yakni sebanyak 277,53 juta jiwa¹, tingkat obesitas di Indonesia semakin meningkat dari tahun ke tahun. Riskesdas mencatat kasus obesitas sebesar 21,8% pada tahun 2018. Masalah obesitas di Indonesia merupakan penyakit yang disebabkan oleh berbagai faktor di mana penduduk Indonesia belum membiasakan pola hidup sehat, seperti tidak pernah berolahraga hingga pola makan yang berantakan dan tidak sehat. Gambar 1.1 menunjukkan bahwa pada tahun 2013, prevalensi obesitas pada laki-laki 19,6%, dan perempuan mencapai 32,9%. Kemudian, pada tahun 2016, jumlah prevalensi obesitas pada laki-laki meningkat menjadi 24%, dan perempuan meningkat menjadi 41%. Pada tahun 2018, jumlah prevalensi obesitas kembali

¹ <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/07/18/10-negara-dengan-prevalensi-obesitas-tertinggi-di-dunia>. (25 Februari 2024).

meningkat, dengan prevalensi laki-laki sejumlah 26,6% dan perempuan sejumlah 44,4%. Hal ini dapat menjadi perhatian lebih serius jika prevalensi obesitas terus meningkat dari tahun ke tahun.

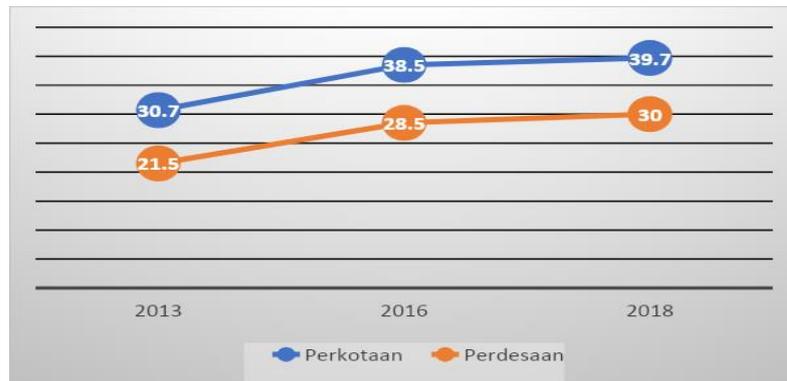


Sumber: Sakernas, BPS 2023

Gambar 1. 1

Prevelensi Obesitas pada laki laki dan Perempuan

Obesitas di Indonesia semakin meningkat, baik di masyarakat pedesaan maupun perkotaan dengan peningkatan setiap tahunnya. Data pada Tabel 1.2 menunjukkan bahwa prevalensi obesitas lebih tinggi di perkotaan dibandingkan dengan penduduk pedesaan. Pada tahun 2013, prevalensi obesitas di perkotaan mencapai 30,7%, sedangkan di penduduk pedesaan sebesar 21,5%. Pada tahun 2016, angka ini meningkat, dengan prevalensi obesitas mencapai 38,8% di perkotaan dan 28,5% di pedesaan. Tren tersebut terus berlanjut pada tahun 2018, di mana prevalensi obesitas mencapai 39,7% di perkotaan dan 30% di pedesaan.



Sumber: Sakernas, BPS 2023

Gambar 1. 2

Prevelensi obesitas pada perkotaan dan perdesaan

Penyebab meledaknya fenomena kelebihan berat badan dan obesitas, serta perbedaan prevalensi dipengaruhi oleh budaya, ekonomi, serta faktor biologis dan epidemiologis (Giuseppe et al., 2021). Obesitas merupakan suatu kondisi kompleks yang dapat dipicu oleh berbagai faktor, namun tidak terbatas pada faktor genetik, gaya hidup, kondisi lingkungan, faktor psikologis, penggunaan obat-obatan, dan aspek budaya. Di Indonesia, salah satu kontributor signifikan terhadap prevalensi obesitas adalah pola hidup yang tidak sehat. Pola tersebut melibatkan kebiasaan konsumsi makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan nutrisi dan praktik jajan atau makan di luar rumah, yang merupakan bagian dari budaya makan di Indonesia.

Obesitas juga erat kaitannya dengan kebiasaan masyarakat yang belum mengadopsi pola hidup sehat. Masyarakat seringkali memiliki kecenderungan untuk mengonsumsi makanan di luar rumah yang cenderung kurang memiliki nilai gizi yang memadai, yang dapat memicu perkembangan obesitas. Pembelian

makanan jajanan di luar rumah terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, sebagaimana tercermin oleh kelimpahan variasi jajanan di Indonesia.

Sebagian masyarakat pada sore hari atau selama waktu istirahat, telah membentuk kebiasaan untuk bersantai dan menikmati makanan jajanan sebagai alternatif untuk istirahat dari aktivitas sehari-hari. Perilaku ini dapat menjadi salah satu faktor kontributor terhadap peningkatan prevalensi obesitas di kalangan Masyarakat. Kebiasaan jajan di Indonesia memakan makanan ultra olahan menyebabkan banyaknya masalah kesehatan. Machado et al. (2020) menyebutkan bahwa makanan olahan didefinisikan sebagai formulasi industri yang dibuat dari zat yang berasal dari makanan (misalnya pati olahan, maltodekstrin, minyak terhidrogenasi, isolat protein) dan biasanya ditambahkan perasa. komposisi nutrisi yang buruk dari makanan tersebut (tinggi garam, tambahan gula, dan lemak tidak sehat serta rendahnya serat makanan, mikronutrien, dan fitokimia) serta proses pengolahannya menjadikannya nutrisinya tidak seimbang, sangat enak, dan membentuk kebiasaan buruk. Makanan olahan dianggap praktis karena mudah ditemukan, namun berkontribusi pada masalah kesehatan seperti obesitas dan penyakit jantung.

Masyarakat seharusnya menjaga kesehatan dengan mempraktikkan pola hidup sehat sebagai mana telah di tegsakan dalam Al-Quran sebagaimana firman Allah dalam surah QS. Al-A'raf Ayat 31.

يُحِبُّ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ تَسْرِفُوا وَلَا وَاشْرَبُوا وَكُلُوا مَسْجِدَ كُلِّ عِنْدَ زَيْنَتِكُمْ خُدُوا أَدَمَ بَيْنِي
الْمُسْرِفِينَ

Artinya:

“Wahai anak cucu Adam! Pakailah pakaianmu yang bagus pada setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.”

Belum ada definisi yang tepat dan disepakati tentang makanan cepat saji dalam bidang penelitian ilmiah. Namun konsumsi makanan cepat saji, porsi makan yang besar dan peningkatan jumlah gula tidak dapat disangkal berhubungan dengan kelebihan berat badan dan obesitas (Alhashemi et al., 2022). Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterkaitan antara konsumsi jajanan dengan tingkat obesitas di Indonesia mengingat jumlah tingkat obesitas yang semakin meningkat dari tahun ke tahun.

Penelitian ini juga mempertimbangkan faktor karakteristik individu seperti pendidikan (Fitriana et al,2023), umur (Nugroho, 2020), tempat tinggal (giuseppe et al, 2021), jenis kelamin (Nugraha et al, 2021), status pekerjaan (Swinburn et al. 2019) dan status pernikahan (Puspitasari, 2018). Penelitian ini penting mengingat penelitian tentang pengaruh jajanan terhadap tingkat obesitas sejauh ini belum ada di Indonesia terutama yang menggunakan survei rumah tangga.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana pengaruh pengeluaran jajanan terhadap prevalensi obesitas di Indonesia?
- b. Bagaimana pengaruh umur terhadap prevalensi obesitas di Indonesia?

- c. Bagaimana pengaruh jenis kelamin terhadap prevalensi obesitas di Indonesia?
- d. Bagaimana pengaruh pendidikan terhadap prevalensi obesitas di Indonesia?
- e. Bagaimana pengaruh pekerjaan terhadap prevalensi obesitas di Indonesia?
- f. Bagaimana pengaruh pernikahan terhadap prevalensi obesitas di Indonesia?
- g. Bagaimana pengaruh tempat tinggal (desa/kota) terhadap prevalensi obesitas di Indonesia?
- h. Bagaimana pengaruh lokasi (Jawa/luar Jawa) terhadap prevalensi obesitas di Indonesia?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk menganalisis pengaruh pengeluaran jajanan terhadap prevalensi obesitas di Indonesia.
- b. Untuk menganalisis pengaruh umur terhadap prevalensi obesitas di Indonesia.
- c. Untuk menganalisis pengaruh jenis kelamin terhadap prevalensi obesitas di Indonesia.
- d. Untuk menganalisis pengaruh pendidikan terhadap prevalensi obesitas di Indonesia.
- e. Untuk menganalisis pengaruh pekerjaan terhadap prevalensi obesitas di Indonesia.
- f. Untuk menganalisis pengaruh pernikahan terhadap prevalensi obesitas di Indonesia.
- g. Untuk menganalisis pengaruh tempat tinggal (desa/kota) terhadap prevalensi obesitas di Indonesia.

- h. Untuk menganalisis pengaruh lokasi (Jawa/luar Jawa) terhadap prevalensi obesitas di Indonesia.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak, yaitu:

1. Bagi Akademisi

Penelitian ini dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya terkait dengan fenomena obesitas serta apa saja faktor penyebabnya. Hasil dari penelitian ini dapat menjadi landasan guna mendalami aspek khusus terkait dampak konsumsi jajanan terhadap prevalensi obesitas di Indonesia.

2. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada masyarakat agar menerapkan pola hidup sehat agar dapat menekan tingkat obesitas di Indonesia dan dapat mencegah terjadinya fenomena tersebut di lingkungan sekitar.

3. Bagi Pemerintah

Penelitian ini juga dapat memberikan wawasan yang berharga bagi lembaga kesehatan dan organisasi non-pemerintah dalam merancang program-program intervensi yang lebih efektif untuk mengurangi tingkat obesitas dan mendorong gaya hidup sehat di masyarakat Indonesia.